

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ» Комбинат школьного питания №1

Школа №68

М Е Н Ю

Возрастная категория: 7-11 лет



На 06.10.2021 (среда)

Наименование блюда	Цена	Выход	Углеводы	Ккал
Первый завтрак				
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком		30	2,87	34
Биточки рыбные с маслом (молоко)		55	7,99	128
Каша гречневая рассыпчатая (с маслом)		150/10	39,86	281
Компот из свежих плодов (яблоки)		200	27,88	115
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:	65,00		92,46	628
Обед				
Суп из овощей		250	9,15	95
мясо птицы под соусом		50/50	2,67	228
Макаронные изделия отварные с маслом		150	30,46	196
Чай с сахаром (н)		200/15	13,60	56
Хлеб ржаной		35	16,45	80
Хлеб пшеничный		30	13,86	70
Итого:	84,00		86,19	725
Весь рацион питания:	149,00		178,64	1353

Для всего меню

В граммах				Витамины в миллиграммах				
Белки	Жиры	Углеводы	В1	В2	С	А	Е	
43,55	49,39	178,64	0,55	0,27	15,49	153,72	17,05	
Минеральные вещества в миллиграммах								
Са	Р	Мg	Fe					
177,91	599,55	241,84	12,47					

Директор _____

(Михалев А. И.)

Бригадир

Калькулятор

Ахтамянова В. А.

